

Чем интереснее жизнь, тем дальше деменция

Учёные из Массачусетского технологического института доказали, чем у человека разнообразнее и насыщеннее жизнь, тем он менее подвержен старческой деменции и болезни Альцгеймера. Исследование опубликовано в журнале [Science](#).

Этим недугом страдают многие люди в старости. Но есть те, кто остаются в ясном сознании даже после того, как в их мозге обнаружены признаки нейродегенерации (потеря структуры и функции нейронов).

Среди этих когнитивных устойчивых людей учёные определили уровень образования и количества, затрачиваемое на интеллектуально стимулирующую деятельность, как факторы, которые помогают предотвратить деменцию. Новое исследование наглядно показывает, что это приводит к активации гена, называемого MEF2. Он отвечает за контроль генетической программы в мозгу, который включает сопротивление к когнитивным нарушениям.

Этот ген известен уже давно. Но ранее было изучено, что он является важным фактором для развития сердечной мышцы, а про его роль для нейронов было неизвестно. А ведь зря.

Массачусетские генетики исследовали связи между этим геном и когнитивной устойчивостью на людях и на мышах. Полученные данные говорят, что воздействие на активацию гена MEF2 или его мишеней должно противостоять возрастной деменции.

«Становится всё более очевидным, что существуют факторы устойчивости, которые могут защитить функцию мозга. Понимание этого процесса может помочь в предотвращении когнитивных снижений и деменции, связанной с нейродегенерацией», - отмечает Ли-Хью Тцай, директор Института памяти в Массачусетском технологическом университете.

Большое количество исследований показывает, что стимуляция окружающей среды предлагает защиту от эффектов нейродегенерации. Исследователи изучили, как уровень образования, тип работы, количество изученных языков, то, сколько времени человек посвящает чтению книги, разгадыванию кроссвордов, собиранию пазлов сказывается на нейронном уровне.

Сначала опыты были проведены на мышах. Исследователи поделили мышей на две группы: первая жила просто в клетке без игрушек, в то время как у других были и игрушки, и колесо для бега. Оказалось, что ген MEF2 был более активен у второй группы мышей. Более того, эти мыши показали лучшие результаты в тестах на память.

Затем учёные применили метод от противного: они отключили ген MEF2 у мышей. Как и ожидалось, у мышей сразу снизились когнитивные наклонности. Изменить это не помогли даже игрушки и колесо. Но если у мышей ещё в молодости искусственно стимулировали активность MEF2, то с возрастом у них появлялось меньше скоплений белка тау в нервной ткани. Именно с белком тау связаны болезнь Альцгеймера и другие психоневрологические расстройства, приводящие к деменциям — скопления тау токсичны и вызывают гибель нейронов. То есть MEF2 подавлял формирование опасных белковых отложений в нервной ткани.

Также были проведены эксперименты на образцах человеческого мозга, которые подтвердили результаты на мышах. Теперь учёные планируют изучить, как меняющаяся активность MEF2 влияет на разные клеточные процессы. После этого уже можно говорить о создании лекарства от деменции.

Но пока совет один - насыщайте свою жизнь умственной активностью как можно больше. А ещё пейте [красное вино](#).



Автор: Миша Ковальски © Babr24.com НАУКА И ТЕХНОЛОГИИ, ЗДОРОВЬЕ, МИР 👁 7917 07.11.2021, 13:31
👍 863

URL: <https://babr24.com/?ADE=220901> Bytes: 3428 / 3227 Версия для печати Скачать PDF

[👍 Порекомендовать текст](#)

Поделиться в соцсетях:

Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:

- [Телеграм](#)
- [ВКонтакте](#)

Связаться с редакцией Бабра:
newsbabr@gmail.com



Автор текста: **Миша Ковальски**, научный обозреватель.

На сайте опубликовано **1654** текстов этого автора.

НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

Телеграм: [@babr24_link_bot](https://t.me/babr24_link_bot)

Эл.почта: newsbabr@gmail.com

ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: bratska.net.net@gmail.com

КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь
Телеграм: [@bur24_link_bot](https://t.me/bur24_link_bot)
эл.почта: bur.babr@gmail.com

Иркутск: Анастасия Суворова
Телеграм: [@irk24_link_bot](https://t.me/irk24_link_bot)
эл.почта: irkbabr24@gmail.com

Красноярск: Ирина Манская
Телеграм: [@kras24_link_bot](https://t.me/kras24_link_bot)
эл.почта: krasyar.babr@gmail.com

Новосибирск: Алина Обская
Телеграм: [@nsk24_link_bot](https://t.me/nsk24_link_bot)
эл.почта: nsk.babr@gmail.com

Томск: Николай Ушайкин
Телеграм: [@tomsk24_link_bot](https://t.me/tomsk24_link_bot)
эл.почта: tomsk.babr@gmail.com

[Прислать свою новость](#)

ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:

Рекламная группа "Экватор"
Телеграм: [@babrobot_bot](https://t.me/babrobot_bot)
эл.почта: equatoria@gmail.com

СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:

эл.почта: babrmarket@gmail.com

[Подробнее о размещении](#)

[Отказ от ответственности](#)

[Правила перепечаток](#)

[Соглашение о франчайзинге](#)

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

[Календарь](#)

[Зеркала сайта](#)